



## МЕНЮ

30 октября 2025г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                                                   | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1                | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                   | 60    | 3                 | 9,4     | 19,6             | 174                                      | 0                     |
| 2008                          | 187              | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                                      | 200   | 5,9               | 7,1     | 29,6             | 206                                      | 0,5                   |
| 2012                          | 397              | ЧАЙ С САХАРОМ                                                        | 180   | 2,9               | 2,5     | 16               | 99                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                  |                                                                      | 440   | 11,8              | 19      | 65,2             | 479                                      | 1                     |
| II Завтрак                    |                  |                                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 89               | ПРЯНИКИ                                                              | 30    | 1,8               | 1,4     | 22,5             | 110                                      | 0                     |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                                        | 150   |                   |         |                  |                                          | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                                      | 180   | 1,8               | 1,4     | 22,5             | 110                                      | 0                     |
| Обед                          |                  |                                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 83               | ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                                      | 50    | 0,4               | 0,1     | 0,9              | 7                                        | 2,5                   |
| 2008                          | 100              | СУП С ЛАПШОЙ И КУРОЙ                                                 | 200   | 4,3               | 8,7     | 9,9              | 136                                      | 5                     |
| 2008                          | 238              | РЫБА ПОРЦИОННАЯ С ОВОЩАМИ                                            | 70/30 | 14,1              | 5,3     | 4,6              | 123                                      | 1,2                   |
| 2008                          | 335              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                    | 130   | 3,2               | 6,7     | 21,5             | 159                                      | 10,3                  |
| 2008                          | 401              | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ АБРИКОСОВ<br>С КОСТОЧКОЙ (УРЮК) С<br>ВИТАМИНОМ "С" | 180   | 0,6               | 0,1     | 21,2             | 88                                       | 0,2                   |
| 2008                          | 4                | ХЛЕБ РЖАНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ                                             | 50    | 3,7               | 0,5     | 18               | 88                                       | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                                      | 710   | 26,3              | 21,4    | 76,1             | 601                                      | 19,2                  |
| Полдник                       |                  |                                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 427              | ШАРЛОТКА С ЯБЛОКАМИ                                                  | 100   | 5,2               | 5,6     | 33,7             | 207                                      | 0,8                   |
| 2012                          | 393              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                        | 180   | 0,2               |         | 15,2             | 62                                       | 0,7                   |
| Итого                         |                  |                                                                      | 280   | 5,4               | 5,6     | 48,9             | 269                                      | 1,5                   |
| Всего                         |                  |                                                                      |       | 45,3              | 47,4    | 212,7            | 1459                                     | 21,7                  |

медсестра

Петрова Л.Н.